

KOMDU AÐ ÆFA SUND

Sund er holl og góð alhliða íþrótt sem sameinar líkamsrækt, leik, ága og slökun í góðum félagsskap

SUNDDEILD ÁRMANNNS

býr yfir áralangri reynslu í sundkennslu og þjálfun. Þjálfunin er miðuð út frá aldri og getu hvers og eins. Hafið samband við Þuríði, yfirþjálfara í síma 691-7959.

Allir velkomnir að koma á æfingar og prufa!

Sundlaug	Hópur	Mánud.	Þriðjud.	Miðvikud.	Fimmtud.	Föstud.
Sundhöllin Þjálfari: Hulda Bjarkar	Byrjendur 7-9 ára Byrjendur 5-8 ára	16:30-17:15 17:15-18:00		16:30-17:15 17:15-18:00		
Árbæjarlaug Þjálfari: Titov Slava	Brons (6-9 ára) Silfur (8-12 ára)	17:30-18:00 18:00-19:00	16:00-17:00 17:00-18:30	17:00-18:30	16:00-17:00 17:00-18:30	16:00-17:30
Skólalaug Árbæjarskóla Þjálfari: Bára Emilsdóttir	Byrjendur 6-8 ára Byrjendur 5-7 ára		16:30-17:15 17:15-18:00		16:30-17:15 17:15-18:00	
Laugardalslaug Þjálfarar: Þuríður Einarsdóttir og Hulda Bjarkar	Byrjendur 6-9 ára Brons 7-10 ára Silfur (10 ára og eldri)	15:00-16:00 18:30-20:30	16:00-16:45 15:00-16:00 18:30-20:30	16:30-18:30	16:00-16:45 15:00-16:00 16:30-18:30	18:00-20:00



Sundskóli

Ungbarnasund

SundsKennari: Sandra Rán Garðarsdóttir
Kennit á laugardögum í Árbæjarskóla

Kennari: Matja Steen
Kennit í Árbæjarlaug á laugardögum



Upplýsingar um sundskóla og ungbarnasund
Stella (stellag@torg.is) sími : 5576618

www.armenningar.is